In REGIUNEA BRAŞOV: Se extinde gimnastica de producţie



Angajamentele prind viaţă!

Partidul şi guvernul au trasat mişcării sportive sarcina de a dobîndi un larg caracter de mase, de a cuprinde în desfăşurarea activităţii sportive întreg tineretul patriei. Pentru îndeplinirea acestui obiectiv ultima plenară a Consiliului General al Uniunii de Cultură Fizică şi Sport a pus un accent deosebit pe răspîndirea formelor simple, larg accesibile, de practicare a exerciţiilor fizice. Printre acestea gimnastica în producţie se situează la loc de frunte. Sub îndrumarea organelor şi organizaţiilor de partid, activiştii sportivi, antrenorii, profesorii de educaţie fizică, medicii şi sportivii au pornit cu entuziasm să-şi aducă contribuţia la extinderea gimnasticii în producţie în cît mai multe întreprinderi şi instituţii.

Ţinînd seamă de condiţiile existente şi de efectele pozitive pe care le are asupra întăririi sănătăţii oamenilor muncii practicarea exerciţiilor fizice, consiliile regionale UCFS Braşov şi Ploieşti s-au angajat să extindă, pînă la 30 aprilie, gimnastica în producţie în toate întreprinderile şi instituţiile din regiunile respective. Zilele trecute am vizitat cîteva localităţi din regiunea Braşov. Pe blocnotesul nostru şi pe pelicula aparatului de fotografiat am prins numeroase aspecte care atestă munca asiduă ce se desfăşoară pentru traducerea în viaţă a importantului angajament pe care activiştii sportivi din această regiune şi l-au luat de curînd.

LA BAZA ACTIVITĂŢII: COLABORAREA

Spre sfîrşitul anului 1962 situaţia introducerii gimnasticii în producţie în regiunea Braşov putea fi sintetizată astfel: 65 de întreprinderi — 26.000 de participanţi — 645 de instructori. Formarea comisiei regionale pentru gimnastica în producţie şi, apoi, a celor raionale, din factori de răspundere din aproape toate organizaţiile obşteşti şi de stat a dus, fireşte, la realizarea unei eficace colaborări. Cu sprijinul sindicatelor, al organizaţiilor UTM, al conducerilor întreprinderilor şi instituţiilor, cei peste 500 de profesori de educaţie fizică şi antrenori, repartizaţi de către organele UCFS şi secţiile de învăţămînt, au desfăşurat şi desfăşoară şi în prezent o vastă acţiune de extindere a gimnasticii în producţie. Datorită strînsei colaborări care există, în regiunea Braşov s-au obţinut în scurtă vreme importante succese care creează premisa realizării angajamentului luat. Astfel, gimnastica în producţie se practică acum în 165 de întreprinderi şi instituţii, de peste 74.000 de oameni ai muncii. Programele sînt conduse de peste 2000 de instructori obşteşti.

„Sub îndrumarea organelor şi organizaţiilor de partid — **ne spunea tov. Ioan Indrei, vicepreşedinte al consiliului regional UCFS Braşov** — ne vom îndeplini cu siguranţă angajamentul. Pînă la 30 aprilie în toate întreprinderile şi instituţiile din regiunea noastră se va practica gimnastica în producţie".

Experienţa dobîndită de activiştii sportivi din regiunea Braşov este preţioasă. De aceea am socotit util să-i invităm pe cîţiva tovarăşi — dintre cei care au contribuit efectiv la realizarea succeselor amintite — să-şi împărtăşească experienţa, metodele, în coloanele ziarului nostru. In pagina de faţă veţi putea citi cîteva articole scrise de activişti sportivi din regiunea Braşov. Socotim că ele vor folosi unui util schimb de experienţă.

Un factor important: Pregătirea instructorilor obşteşti

Una dintre sarcinile importante care stau în faţa organelor şi organizaţiilor sportive din regiunea noastră, în această perioadă, este introducerea gimnasticii în producţie în toate întreprinderile şi instituţiile. În îndeplinirea acestei sarcini un rol de seamă îl joacă pregătirea unui număr corespunzător de instructori obşteşti care să conducă programele de exerciţii fizice.

Comisia noastră regională pentru introducerea gimnasticii în producţie a ţinut seamă de acest lucru. Analizînd modul în care se extinde această formă simplă de practicare a exerciţiilor fizice a considerat că este necesar să fie instruit un conducător de program la 30 de oameni ai muncii care practică gimnastica în producţie. Astfel, pînă la jumătatea lunii aprilie, este necesar să fie pregătiţi 3 500 de instructori obşteşti. Pentru aceasta toţi profesorii de educaţie fizică şi antrenorii din cluburi şi asociaţii sportive au fost mobilizaţi pentru a organiza şi a conduce cursurile pentru pregătirea acestor cadre voluntare.

Consiliile raionale UCFS împreună cu secţiile de învăţămînt au repartizat în aşa fel profesorii de educaţie fizică şi antrenorii astfel încît toate întreprinderile şi instituţiile să aibă posibilitatea să-şi pregătească un număr suficient de instructori obşteşti. Cursurile au fost organizate cu sprijinul medicilor care — împreună cu profesorii de educaţie fizică şi antrenorii — au stabilit programele de exerciţii indicate pentru întreprinderea sau instituţia respectivă în funcţie de profesiunea salariaţilor. Tot împreună cu medicii a fost stabilit microclimatul în care să se desfăşoare programul de gimnastică în producţie.

Pînă în momentul de faţă au fost pregătiţi în întreaga regiune peste 2 000 de instructori pentru gimnastica în producţie. În această acţiune s-au evidenţiat profesorii de educaţie fizică **Nicolae Sebeşan, Eugen Simionescu, Irina Tacorian** (Braşov), **D. Dobrescu, Vasile Lăzăruţ** (Sibiu), **Alexandru Csiki** (Sf. Gheorghe), **Lala Buiuc** (Sighişoara), antrenorii **Florica Constantinescu** (Sibiu), **P. Popescu** (Mediaş), **Meta Popescu** (Braşov) şi alţii. Pregătirea de noi instructori obşteşti continuă. Profesorii de educaţie fizică şi antrenorii sînt mobilizaţi permanent pentru îndeplinirea acestei sarcini. De altfel şi după ce vor fi pregătiţi toţi instructorii necesari conducerii programelor, activitatea lor nu va înceta. Ei vor coordona munca instructorilor, preocupîndu-se în mod special de schimbarea regulată (bilunar) a programelor. De asemenea se va menţine permanent colaborarea cu medicii, pentru a se constata efectele practicării gimnasticii în producţie şi necesitatea gradării efortului solicitat de complexele de exerciţii fizice.

Comisia regională pentru introducerea gimnasticii în producţie îndrumă şi urmăreşte permanent activitatea de pregătire a instructorilor obşteşti astfel ca angajamentele pe care şi le-a luat să devină fapte.

prof. MIRCEA GABOR
membru al comisiei regionale de gimnastică în producţie

Sprijinul larg al medicinii

In acţiunea de introducere a gimnasticii în producţie există în regiunea Braşov o colaborare rodnică între medici şi metodişti. Ei lucrează intens împreună pentru cunoaşterea condiţiilor de muncă şi stabilirea gradului de dezvoltare fizică şi sănătate a colectivului de muncitori, unde urmează să fie introdusă această formă simplă şi eficace de practicare a exerciţiilor fizice.

Vizitînd întreprinderile şi instituţiile, medicii şi metodiştii (în general, profesori de educaţie fizică) stabilesc microclimatul pentru desfăşurarea programului de gimnastică în producţie. Sînt determinate sectoarele cu condiţii nefavorabile (temperatură peste 25 de grade, umiditate peste 70 la sută sau sub 30 la sută etc.) şi sînt găsite soluţii pentru ca aceşti muncitori să poată practica totuşi gimnastica în producţie. Medicii şi profesorii de educaţie fizică sau antrenorii stabilesc împreună grupele de exerciţii care urmează să fie efectuate în cadrul programului, urmărindu-se ca complexele să fie axate pe grupele musculare care nu sînt angrenate în timpul lucrului şi, de asemenea, pe gimnastica respiratorie.

Dar rolul medicului în acţiunea de introducere a gimnasticii în producţie nu este numai acela de a indica gradul de dezvoltare fizică a colectivului de muncitori şi de a stabili locul cel mai propice pentru desfăşurarea programului de exerciţii. Noi am înţeles misiunea pe care o avem într-un sens mai larg. In acest scop am făcut şi vom face şi în viitor, studii amănunţite asupra influenţei directe pe care o are gimnastica în producţie asupra organismului. Începînd cu faza pregătitoare cînd facem măsurători şi continuînd cu perioada de desfăşurare a gimnasticii în producţie cînd verificăm adaptarea organismului la efort şi influenţa pe care o au complexele, noi colaborăm intens cu profesorii de educaţie fizică, antrenorii şi instructorii obşteşti, intervenind ori de cîte ori este nevoie.

In oraşul Braşov majoritatea medicilor din uzine şi-au adus contribuţia la buna desfăşurare a gimnasticii în producţie. Socotind de datoria lor să activeze intens pentru răspîndirea acestei forme de practicare a exerciţiilor fizice care este menită să asigure întărirea sănătăţii oamenilor muncii, ei au adus contribuţia medicinii la desfăşurarea în bune condiţiuni a activităţii. Printre cei care au obţinut cele mai bune rezultate se numără medicii Traian Faur (Steagul roşu), Dan Roşianu (Tractorul) şi alţii.

Ţinînd seamă de faptul că introducerea gimnasticii în producţie se află în plină desfăşurare, cred că este necesar să solicit tuturor colegilor mei din întreprinderile şi instituţiile din regiunea Braşov să acorde sprijin nelimitat profesorilor de educaţie fizică, antrenorilor şi activiştilor sportivi în realizarea acestei acţiuni. Este — dacă doriţi — o datorie profesională deosebit de importantă.

dr. LAURIAN TAUS
şeful dispensarului regional pentru sportivi

O muncă atentă şi continuă asigură succesul

Au trecut doar cîteva luni de cînd majoritatea muncitorilor din fabrica noastră practică zilnic gimnastica în producţie. Dar astăzi, într-un sumar bilanţ al activităţii desfăşurate în acest domeniu, putem arăta că gimnastica în producţie a contribuit efectiv la întărirea sănătăţii muncitorilor, la creşterea capacităţii lor de muncă şi — implicit — la obţinerea unor noi succese în producţie. Peste 700 de muncitori şi muncitoare din fabrica „Dezrobirea" Braşov execută zilnic — cu deosebită plăcere — exerciţiile programului de gimnastică în producţie fiindcă s-au convins de eficacitatea şi utilitatea lor.

Cum am ajuns la aceste rezultate? Printr-o muncă intensă, desfăşurată sub îndrumarea permanentă a organizaţiei noastre de partid. Cu sprijinul organului UCFS a avut loc anul trecut o consfătuire la care au participat reprezentanţi ai organizaţiei de partid, ai conducerii fabricii, sindicatului, organizaţiei U.T.M. şi consiliului asociaţiei sportive. Cu acest prilej s-a format o comisie pentru introducerea gimnasticii în producţie şi a fost alcătuit un plan de muncă cu sarcini precise, judicios repartizate pe fiecare membru al comisiei. În colaborare cu medicul sportiv şi cu antrenorul de gimnastică de la clubul sportiv Olimpia Braşov au fost alese secţiile unde va fi introdusă — în prima etapă — gimnastica în producţie, au fost stabilite complexele de exerciţii şi au fost pregătiţi 87 de instructori obşteşti pentru conducerea programelor.

Cu sprijinul organizaţiei de partid şi al conducerii fabricii a fost organizată o discuţie cu maiştrii din secţii. În cadrul consfătuirii au fost lămurite toate aspectele legate de desfăşurarea gimnasticii în producţie. Cunoscîndu-se prestigiul de care se bucură maiştrii li s-a cerut ajutorul în mobilizarea muncitorilor la practicarea gimnasticii în producţie.

Împreună cu sindicatul, organizaţia U.T.M. şi maiştrii din secţii, consiliul asociaţiei sportive a desfăşurat apoi o intensă muncă de popularizare a acestei forme simple de practicare a exerciţiilor fizice, insistîndu-se îndeosebi asupra efectelor binefăcătoare pe care le are practicarea lor. Cînd toate condiţiile au fost create s-a dat — cum se spune în termeni sportivi — startul. Timp de mai bine de două luni medicul şi antrenorul de gimnastică au urmărit cu atenţie modul cum se desfăşoară şi efectele pe care le are practicarea gimnasticii în producţie asupra muncitorilor din fabrica noastră. Apoi, aceste investigaţii s-au făcut periodic. Pregătirea instructorilor continuă să se facă bilunar, cînd de fapt se procedează şi la schimbarea complexului de exerciţii.

Ceea ce a contribuit la desfăşurarea permanentă în bune condiţiuni a gimnasticii în producţie în fabrica noastră a fost faptul că acestei activităţi i s-a acordat tot timpul atenţia cuvenită, instructorii fiind sprijiniţi şi îndrumaţi continuu. Consiliul asociaţiei sportive a extins gimnastica în producţie şi în alte secţii. Acum se studiază posibilitatea introducerii ei în schimburile II şi III, astfel ca ea să fie practicată de peste 1.200 de salariaţi ai fabricii „Dezrobirea". Sîntem convinşi că sub îndrumarea comitetului de partid şi pe baza colaborării care s-a statornicit în fabrica noastră şi în ceea ce priveşte activitatea sportivă între conducerea administrativă, sindicat, organizaţia U.T.M. şi consiliul asociaţiei sportive, pînă în primăvară toţi salariaţii fabricii vor practica gimnastica în producţie.

ZAHARIA CHIFOR
director adjunct al fabricii „Dezrobirea"

GH. MIHAI
preşedintele asociaţiei sportive „Dezrobirea



Şi la Electroprecizie Săcele am remarcat o vie preocupare pentru practicarea acestei forme simple a educaţiei fizice.